सामवेद के संदर्भ में नादब्रह्म का मानव जीवन पर प्रभाव : एक विश्लेषणात्मक अध्ययन।

ललित नारायण मिथिला विश्वविद्यालय दरभंगा
के
पी-एच.डी. की उपाधि हेतु
शोध-प्रबंध की प्रस्तावित रूपरेखा

शोध निर्देशिका :

डॉ. मोना शर्मा
सहायक प्राध्यापिका
स्नातकोत्तर संस्कृत विभाग
ल.ना.मि.वि.
दरभंगा, बिहार

शोधार्थी:

चन्द्र शेखर झा
क्रमांक- 02, संस्कृत विभाग
PAT- 22180056 (2021-22)
ल.ना.मि.वि.
दरभंगा, बिहार

प्रस्तावना (Introduction):-

भारतवर्ष की पवित्र भूमि संतों, ऋषि-मुनियों की तपःस्थली रही है। सर्वत्र ज्ञानयोग एवं कर्मयोग की धारा निःसृत होती है। परंतु ईश्वर, अक्षर परब्रह्म परमात्मा की अनुभूति के लिए संगीत साधना से बढकर अन्य कोई अच्छा माध्यम नहीं है। कोलाहल और समस्याओं से घनीभूत इस संसार में परमात्मा का दिव्य एवं उत्तम वरदान संगीत के रूप में मनुष्य को मिला है। संगीत से मनुष्य की सृजन शक्ति का विकास और आत्मिक प्रफुल्लता मिलती है। संगीत के ऐसे अदृश्य प्रभाव को खोजते हुए ही भारतीय योगियों-ऋषियों ने सिद्धियों और अध्यात्म के विशाल क्षेत्र को हस्तगत करने के पश्चात् उसका वर्णन करने के लिए एक पृथक् वेद सामवेद की रचना की। सामवेद में भगवान की संगीत शक्ति के ऐसे रहस्य प्रतिपादित एवं पिरोए हुए हैं जिनका अवगाहन कर मनुष्य अपनी आत्मिक शक्तियों को जो चाहे कितनी भी तुच्छ क्यों न हो, परमात्मा से एकाकार कर पाता है। संपूर्ण ब्रह्माण्ड उस दिव्यनाद से प्राचीनकाल से ही गुंजायमान है। उस दिव्य शांतिदायक नादब्रह्म, अक्षरब्रह्म रूपी परमात्मा की अनुभूति ही सर्वाधिक परमानन्द, ब्रह्मानंद एवं तृप्तिदायक है।

वैदिक युग भारतीय संस्कृति के इतिहास का वह प्राचीनतम युग है जो भारत की प्राचीन संस्कृति के रूप में उपलब्ध है। वेद 4 हैं- ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद और अथर्ववेद। चारों वेदों में से सामवेद को भारतीय संस्कृति का मूल माना जाता है। साम का अर्थ है गीतियुक्त मंत्र अर्थात कुछ विशिष्ट प्रकार से ऋचाओं के गान को साम कहते हैं- **'विशिष्टा काचिद् गीतिः सामेत्युच्यते'** (मीमांसा सूत्र 2.1.37)। ऋग्वेद और सामवेद का अन्योन्याश्रित संबंध है। गीतियुक्त ऋचा साम हो जाती है। सामवेद में अधिकांश मंत्र ऋग्वेद से संकलित हैं।
आर्चिक संहिता और गान संहिता के भेद से सामवेद के दो प्रकार हैं। आर्चिक संहिता में ऋचा के ऊपर सामगान किया जाता था तथा इसमें मंत्रों (ऋचाओं) की प्रधानता रहती थी। परंतु कालांतर में जैसे-जैसे यज्ञानुष्ठानों में वृद्धि होने लगी वैसे-वैसे गान की प्रधानता की भावना भी बढ़ने लगी और सामवेद की दूसरी

संहिता अर्थात गान संहिता की रचना हुई। इसमें गेय तत्व की प्रधानता रहती थी। यज्ञों में सामगान के लिए पांच अथवा सात भक्तियों का निर्देश दिया गया है जो इस प्रकार है- प्रस्ताव, उद्गीथ, प्रतिहार, उपद्रव तथा निधन। इसके अतिरिक्त कुछ सामों में 'हिंकार' तथा 'प्रणव' नामक भक्तियों का प्रयोग भी किया जाता था। इन भक्तियों का गायन नियमानुसार करने वाले ऋत्विज़ॉ को प्रस्तोता, उद्गाता और प्रतिहर्ता नाम से संबोधित किया जाता था। इसी प्रणव को ओंकार भी कहते हैं या कहीं-कहीं पर इसे ही नादब्रह्म या शब्दब्रह्म भी कहा गया है।

नाद का साधारण मतलब आवाज होता है परंतु जब अध्यात्म में नाद की बात होती है तो वह 'अनाहत या अनहद नाद की बात है, जो बिना किसी आघात या उत्पत्ति बिंदु के, उत्पन्न हुआ है या हमें आभास होता है।

संपूर्ण ब्रह्माण्ड के अंदर सतत गूंजती हुई ॐ की ध्वनि ही नादब्रह्म है। संसार के समस्त जड़-चेतन में नाद व्याप्त है इसी कारण इसे 'नादब्रह्म' कहते है -

अनादिनिधनं ब्रह्म शब्दतवायदक्षरम्। विवर्तते अर्थभावेन प्रक्रिया जगतोयतः।।
अर्थात शब्द रूपी ब्रह्म अनादि, विनाश रहित और अक्षर (नष्ट न होने वाला) है तथा उसकी विवर्त प्रक्रिया से ही यह जगत भासित होता है।

योग की उच्चतम अवस्था में यह सुनाई देती है। जरा से नीचे की अवस्था में योगी उसे अमावस्या की अर्धरात्रि को सुन पाता है। नादब्रह्म को सुनना ही उसका अभ्यास माना जाता है।

नादब्रह्म को शब्दविज्ञान या ध्वनिविज्ञान भी कहा जाता है. ध्वनि दो प्रकार की मानी जाती है- 1. आहत ध्वनि और 2. अनाहत ध्वनि। आहत ध्वनि वे हैं जो किसी वस्तु के टकराने से उत्पन्न होती है तथा अनाहत ध्वनि या ब्रह्मशब्द वे हैं जिसे ध्यान के अभ्यास के द्वारा सुना जा सकता है। श्वास लेते और छोड़ते समय एक विशेष ध्वनि उत्पन्न होती है. ये ध्वनि सामान्यतः सुनाई नहीं देती परंतु ध्यान में जाकर इसे सुना जा सकता है। जैसे-जैसे हमारी एकाग्रता बढ़ती जाएगी ये ध्वनि स्पष्टता से सुनाई देने लगेगी। अनाहत शब्द में ये ध्वनि घंटानाद,

शंखनाद, वीणा ध्वनि, मृदंग ध्वनि, झींगुर की आवाज़, समुद्र की लहरों की आवाज, हवा की आवाज, मेघ गर्जना आदि प्रकार की मानी जाती है. नादब्रह्म की अथाह शक्तियां हैं, यदि इसका अभ्यास किया जाय तो नादब्रह्म की ध्वनि अलग-अलग प्रकार की ध्वनि में बदल जाती है और हर ध्वनि के अलग-अलग लाभ मिलते है. इसे ही नादब्रह्म या शब्दब्रह्म भी कहा गया है। आहत नाद का संगीत से सबंध है, अनाहतनाद का संगीत में उपयोग नहीं होता।

भारतीय संगीतशास्त्र का मूल भी यही सामगान है। नारदीय शिक्षा के अनुसार सामगान के स्वरमंडल अर्थात स्वरों के विस्तार में 7 स्वर, 3 ग्राम, 21 मूर्च्छनाएँ तथा 49 तानें होती हैं -

सप्त स्वरास्त्रयो ग्रामा मूर्च्छनास्त्वेकविंशतिः।
ताना एकोनपंचाशदित्येतत्स्वरमंडलम्।। (नारदीय शिक्षा)

सामगान के सप्तस्वरों में और लौकिक शास्त्रीय संगीत के सप्तस्वरों में मौलिक भेद यह है कि साम का स्वरसप्तक 'अवरोहारोह' क्रम में है और लौकिक गान का स्वरसप्तक 'आरोहावरोह' क्रम में होता है।

साधना में लीन साधक जब प्रकृति से तारतम्य स्थापित कर लेता है तो आत्मा में प्रकृति का सहज संगीत जागृत हो उठता है। यह शांत भाव की उच्चावस्था है। यह कोई लौकिक संगीत नहीं अपितु ब्रह्माण्ड की अथाह शक्ति में सहज प्रवाहित वह संगीत है जो संपूर्ण प्रकृति को अनुशासित व संचालित करता है । यह लौकिक संगीत का शिखर है। ध्यान की समाधिस्थ उपलब्धि है। योग की परमावस्था है।

नाद का शाब्दिक अर्थ है- शब्द, ध्वनि, आवाज। संगीत के 'आचार्यों के अनुसार आकाशस्थ अग्नि और मरुत के संयोग से नाद की उत्पत्ति हुई है। जहाँ प्राण (वायु) की स्थिति रहती है उसे ब्रह्मग्रंथि कहते हैं। संगीत दर्पण में लिखा है कि आत्मा के द्वारा प्रेरित होकर चित्त देहज अग्नि पर आघात करता है और अग्नि ब्रह्मग्रंथि गत प्राण को प्रेरित करती है। अग्नि द्वारा प्रेरित प्राण फिर

ऊपर चढ़ने लगता है। नाभि में पहुँच कर वह अतिसूक्ष्म ह्रदय में सूक्ष्म, गलदेश में पुष्ट, शीर्ष में अपुष्ट और मुख में कृत्रिम नाद उत्पन्न करता है । संगीत दामोदर में नाद तीन प्रकार का माना गया है- 1. प्राणिभव, 2. अप्राणिभव और 3. उभयसंभव। जो मुख आदि अंगों से उत्पन्न किया जाता है वह प्राणिभव, जो वीणा आदि से निकलता है वह अप्राणिभव और जो बांसुरी से निकाला जाता है वह उभयसंभव है। नाद के बिना गीत, स्वर, राग आदि कुछ भी संभव नहीं। ज्ञान भी उसके बिना नहीं हो सकता। अतः नाद परम ज्योति वा ब्रह्मरूप है और सारा जगत नादात्मक है। हठयोग दीपिका में लिखा है कि जिनको तत्वबोध न हो सके वे नादोपासना करें। अंतस्थ नाद सुनने के लिए चाहिए कि एकाग्रचित्त होकर शांतिपूर्वक आसन जमाकर बैठे। आंख, कान, नाक, मुंह सबका व्यापार बंद कर दे। अभ्यास की अवस्था में पहले तो मेघगर्जन, भेड़ी आदि की सी गंभीर ध्वनि सुनाई पड़ेगी, फिर अभ्यास बढ़ जाने पर क्रमशः वह सूक्ष्म होती जाएगी। इन नाना प्रकार की ध्वनियों में से जिसमें चित्त सबसे अधिक रमे उसी में रमावें. इस प्रकार अभ्यास करते-करते नाद रूपी ब्रह्म में चित्त लीन हो जाएगा।

जब ऋग्वेद के मन्त्रों का गायन होता है तो उसमें 'सा' से लेकर 'म' तक चार स्वर लगते हैं उसमें प, ध और नि स्वरों के प्रयोग नहीं होते। इसलिए इसे सामगायन कहा जाता है।

विज्ञान की भाषा में जिस नाद की तीव्रता सभी दिशाओं में बराबर हो, दूर-दूर तक वही एकमात्र आभास हो रहा हो, जिसमें सभी निकाय स्पंदित हो रहे हों उसको नादब्रह्म (विस्तृत नाद) कहते हैं। योगीजन इस नाद को समुद्र जैसा गंभीर व विस्तृत आवाज में ॐ जैसा नाद है, बतलाते हैं।

अनंत तक उपस्थित सभी निकाय व स्पेस, इस नाद से एक साथ स्पंदित हो रहे हैं जो इस बात का द्योतक है कि सब कुछ मात्र एक है। इस नाद के साथ लयबद्धता प्राप्त होने पर, परम आनंद की अनुभूति होती है, जो ईश्वर तत्त्व है। नादमय हो जाने पर उस परम तत्त्व की प्राप्ति हो जाती है। बोध हो जाता है। स्वरुप की प्राप्ति हो जाती है। ईश्वर से एकाकार हो जाता है।

अतः वह विस्तृत नाद जो अनंत-अनंत तक व्याप्त है, जिसमे पूरा अनंत स्पंदित होकर, मात्र नादरूप का शांतिमय आनंद, उस परमेश्वर का तात्विक रूप, परम शांतिमय आनंद, “नादब्रह्म” है, जो अपने में चित्त को विलीन कर “कैवल्य” प्रदान करता है।

नाद को यदि हम बुद्धि के द्वारा समझना चाहें तो भी समझ नहीं पाएँगे। विद्वानों, मनीषियों, साधकों ने इस नाद को ॐकार के जैसी बताकर छोड़ दिया है। ऐसा सुन-पढ़कर जिज्ञासु साधक अपने मन में ॐकार की ध्वनि को रोपित करके, ध्यान करने की चेष्टा में लग जाते हैं और यहीं पर उनसे, आधारभूत त्रुटि हो जाती है। जिज्ञासु साधक खूब मेहनत के उपरांत भी उस परम धुन के आसपास भी नहीं पहुँच पाता।

सचराचर जगत की उत्पत्ति जिस शब्द से हुई है और सचराचर जगत जिस शब्द में वापस समाहित हो जाता है, वही अनहद नाद है। इस नाद के समकक्ष अन्य कोई ध्वनि नहीं है। यह सबसे अलग, सर्वोपरि और सर्वेसर्वा है। यह परमात्मा के समकक्ष है और ध्वनि के रूप में स्वयं परमात्मा ही है। इसी नाद में परमात्मा का असहनीय प्रकाश छिपा हुआ है और इस असहनीय प्रकाश में प्रवेश करते ही अहं परमात्मा में घुल-मिलकर स्वयं परमात्मा ही हो जाता है। इसीलिए ऋषियों ने कहा- **‘अहं ब्रह्मास्मि, सर्वं खल्विदम् ब्रह्म**’ केवल मैं ही ब्रह्म नहीं हूँ, अपितु सचराचर जगत भी ब्रह्म का स्वरुप ही है।

नाद का कोई प्रकार नहीं होता। यह अपने प्रकार का एकमात्र धुन है। हाँ, इस धुन तक पहुँचने के लिए अलग-अलग ध्वनियाँ एक निश्चित अंतराल पर हमारे भीतर उत्पन्न होती रहती है। जैसे, पायल या घुंघरू की ध्वनि, समुद्र के गर्जन की ध्वनि, बांसुरी की ध्वनि, मेघ के गर्जन की ध्वनि, तेज चलती हुई हवाओं की ध्वनि आदि।

नाद के अनुसंधान से जो समाधि होती है, उसके कर्ता योगेश्वरों के हृदय में बदला हुआ एक आनंद होता है जो कि वाणी से अगम्य है। हाथों से कानों को ढककर जो मुनि ध्वनि का श्रवण करता है वह वहाँ चित्त को स्थिर करके स्थिर

पद को प्राप्त हो जाता है। अभ्यास किया हुआ यह नाद बाह्य शब्द का आचरण करता है, जिससे योगी पल भर में सब विक्षेपों को जीतकर सुखी हो जाता है -

नादानुसंधान समाधिभाजाम्।
योगीश्वराणाम् हृदि वर्द्धमानम्।।
आनंदमेकं वचसामगम्यम्।
जानीत तं श्रीगुरुनाथ एकः।। (हठयोग प्रदीपिका)

नाद के अनुसंधान से सदा संचित पापों का क्षय होता है -

सदानादानुसंधानात्क्षीयन्ते पापसंचयाः।
निरंजने विलीयते निश्चितं चित्तमारुतो।।(हठयोग प्रदीपिका)

शोध समस्या का प्राक्कथन (Statement of the Problem:-

प्रस्तुत शोध अध्ययन में सामवेद के संदर्भ में नादब्रह्म का विस्तृत अध्ययन किया जाएगा. संगीत के संदर्भ में नादब्रह्म के बारे में विस्तार से विचार किया जाएगा तथा योग के विषय में नादब्रह्म का प्रभाव के बारे में विस्तार से जाना जाएगा एवं उनका मानव जीवन पर क्या प्रभाव पड़ता है, इस विषय पर भी प्रकाश डाला जाएगा.

परिकल्पनाएँ या प्राक्कल्पना (The Hypotheses) :-

प्रस्तुत शोध हेतु निम्नलिखित प्राक्कल्पनाएँ होंगे-

i. प्रस्तुत शोध अध्ययन में सामवेद का परिचय एवं उसके भेदों के माध्यम से नादब्रह्म का मानव जीवन पर प्रभाव के बारे में जाना जाएगा.
ii. प्रस्तुत शोध अध्ययन में संगीत शास्त्र में नादब्रह्म का योगदान और मानव जीवन पर प्रभाव के बारे में जाना जाएगा.

iii. प्रस्तुत शोध अध्ययन में योग में नादब्रह्म का योगदान और मानव जीवन पर प्रभाव के बारे में जाना जाएगा.

iv. प्रस्तुत शोध अध्ययन में अनहदनाद/अनाहतनाद का ध्वनिविज्ञान में योगदान और मानव जीवन पर प्रभाव के बारे में जाना जाएगा.

वर्त्तमान संदर्भ में शोध की प्रासंगिकता (Significance of the study)

प्रस्तुत शोध विषय "सामवेद के संदर्भ में नादब्रह्म का मानव जीवन पर प्रभाव : एक विश्लेषणात्मक अध्ययन" वर्त्तमान समय में बहुत ही प्रासंगिक है क्योंकि देखा जाए तो वर्त्तमान समय में मानव जीवन अनेक बाधाओं, समस्याओं, कष्टों में गुजरकर थका-हारा परेशान सा हो चुका है और इस कारण से कई प्रकार के मनोरोगों, आधि-व्याधियों से ग्रस्त रुग्णावस्था से भरा जीवन जीने को विवश है। ऐसे में वह शांति, सुकून, आराम, विश्रांति का अनुभव ही नहीं कर पाता है। तब यहीं अगर वह स्वयं को नाद साधना में लीन करता है तो इसकी मधुर, शांतिदायक ध्वनि उसके मन को असीम परमानन्द की पयोधि में अवगाहन कराने लगती है। 'भ्रामरी प्राणायाम' का अभ्यास करते हुए नाद साधना का अभ्यास सरलता से किया जा सकता है। सामवेद जो कि गान का मूल श्रोत है उसके अंतर्गत नादब्रह्म का मानव जीवन पर अत्यधिक प्रभाव पड़ता है जो उसके तन, मन, जीवन को काफी प्रभावित करता है। इसलिए प्रस्तुत शोध वर्तमान समय में काफी प्रासंगिक है।

शोधकार्य का उद्देश्य (Objectives of the study) :-

प्रस्तुत शोधकार्य का उद्देश्य मानव जीवन को शांति, विश्राम, सुकून, असीम आनंद की अनुभूति कराना एवं जीवन को सम्यक रूप से प्रवाहित मार्ग की तरह जीवन-पथ पर अग्रसर करना है। इस शोध का मुख्य उद्देश्य यही है कि यह शोधकार्य केवल शोधार्थियों के लिए ही लाभकारी न हों अपितु जनोपयोगी व समाजोपयोगी होकर जन-जन को लाभान्वित कराए। शांति, ख़ुशी, हर्षातिरेक की

पयोधि में आकंठ निमज्जित कर नित्य निरंतर इस आनंद पयोधि में अवगाहन कराना ही इसका परम उद्देश्य है। इनके अतिरिक्त -

i. प्रस्तुत शोधकार्य के उपरांत शोधार्थी ज्ञात कर सकेगा कि सामवेद के संदर्भ में नादब्रह्म का क्या स्वरुप है?
ii. प्रस्तुत शोधकार्य के उपरांत शोधार्थी ज्ञात कर सकेगा कि अनाहत या अनहद नाद को केवल ऋषि-मुनि और योगी ही क्यों और कैसे सुन पाते हैं?
iii. प्रस्तुत शोधकार्य के उपरांत शोधार्थी ज्ञात कर सकेगा कि नादब्रह्म से संगीत शास्त्र की उत्पत्ति कैसे हुई है?
iv. प्रस्तुत शोधकार्य के उपरांत शोधार्थी ज्ञात कर सकेगा कि भ्रामरी प्राणायाम का नाद साधना में क्या योगदान है?

प्रक्षेत्र और परिसीमा (Delimitation of the study) :-

शोधार्थी द्वारा चयनित शोधकार्य का क्षेत्र सीमित अवधि को ध्यान में रखते हुए परिसीमन किया गया है जो निम्नलिखित है-

i. सामवेद के संदर्भ में इस शोधकार्य का अध्ययन किया जाएगा।
ii. शोधकार्य में सामवेद में नादब्रह्म के प्रभाव का अध्ययन किया जाएगा।
iii. शोधकार्य में संगीतशास्त्र पर नादब्रह्म के प्रभाव के अध्ययन को सम्मिलित किया जाएगा।
iv. शोधकार्य में योगशास्त्र और नादब्रह्म के संबध के अध्ययन को सम्मिलित किया जाएगा।

उपर्युक्त शोधकार्य को निम्नलिखित महत्त्वपूर्ण ग्रंथों द्वारा पूर्ण किया जाएगा -

1.

1	वेदव्यास महर्षि	सामवेद	गीताप्रेस गोरखपुर

2	वेदव्यास महर्षि	उपनिषद्	गीताप्रेस गोरखपुर
3	शर्मा श्रीराम आचार्य	अखंड ज्योति	पश्चिम अँधेरी, मुंबई - 58
4	शर्मा श्रीराम आचार्य	नादब्रह्म और शब्दब्रह्म	पश्चिम अँधेरी, मुंबई - 58
5	ब्लूमफील्ड लियोनार्ड	भाषा विज्ञान	अमेरिकावासी
6	गोयन्दका जयदयाल	श्रीमद्भगवद्गीता	गीताप्रेस गोरखपुर
7	आचार्य हेमचन्द्र	योगशास्त्र	चांगदेव 1088 ई.
8	भट्ट डॉ. विश्वंभरनाथ	संगीत दर्पण	संगीत कार्यालय हाथरस
9	भट्ट शोभाकर	नारदीय शिक्षा	श्री पीताम्बर पीठ, दतिया, 1990 ई.
10	शर्मा पंडित रघुनाथ	भर्तृहरि का वाक्य पदीयम्	सम्पूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालय, वाराणसी
11	सिन्हा प्रो.हरेन्द्र प्रसाद	भारतीय दर्शन	प्रकाशक मोतीलाल बनारसीदास, पटना
12	तिवारी भोला नाथ	ध्वनिविज्ञान	किताब महल, प्रयागराज, उ.प्र.
13	उपाध्याय बलदेव	संस्कृत साहित्य का इतिहास	शारदा मंदिर, वाराणसी, उ.प्र. प्रकाशन: 1973 ई.
14	चानना देवराज	संस्कृत साहित्य का इतिहास	मुंशीराम मनोहरलाल पब्लिशर्स, प्रा.लि.
15	**Haidt Jonathan**	**The Happiness Hypothesis**	**Ist Edition 2006**
16	रामचंद्रन वी. एस.	द टेल-टेल ब्रेन	भारतीय अमरीकी तंत्रिका विज्ञानी
17	**Kolenda Nick**	**The Tangled Mind**	**Published by Kolenda Group L.L.C.**

18	**स्वामी स्वात्माराम**	हठयोग प्रदीपिका	**Published 29.01.2022, Publisher: David De Angelis**

अनुसंधान विधि एवं दृष्टिकोण
(Methods of the Research):-

i. प्रस्तुत शोधकार्य को स्पष्ट करने के लिए विवेचनात्मक शोध प्रविधि का प्रयोग किया जाएगा।

ii. प्रस्तुत शोधकार्य को पूर्ण करने के लिए विश्लेषणात्मक शोध प्रविधि का प्रयोग किया जाएगा।

iii. प्रस्तुत शोधकार्य में वर्णनात्मक शोध प्रविधि का प्रयोग किया जाएगा।

iv. प्रस्तुत शोधकार्य को पूर्ण करने तथा उन तथ्यगत बातों की समीक्षा करने के लिए समीक्षात्मक शोध प्रविधि का प्रयोग किया जाएगा।

संभावित अध्यायों का वर्गीकरण (Tentative chapterisation)

i. भूमिका

ii. प्रथम अध्याय : सामवेद - परिचय एवं उसके प्रकार।

iii. द्वितीय अध्याय : नादब्रह्म - परिचय एवं भेद आदि।

iv. तृतीय अध्याय : नादब्रह्म एवं अनहद नाद।

v. चतुर्थ अध्याय : नादब्रह्म का मानव जीवन पर प्रभाव।

vi. पंचम अध्याय : उपसंहार

<u>**संदर्भ ग्रंथ सूची (Bibliography)**</u> -

1	वेदव्यास महर्षि	सामवेद	गीताप्रेस गोरखपुर
2	वेदव्यास महर्षि	उपनिषद्	गीताप्रेस गोरखपुर
3	शर्मा श्रीराम आचार्य	अखंड ज्योति	पश्चिम अँधेरी, मुंबई - 58
4	शर्मा श्रीराम आचार्य	नादब्रह्म और शब्दब्रह्म	पश्चिम अँधेरी, मुंबई - 58
5	ब्लूमफील्ड लियोनार्ड	भाषा विज्ञान	अमेरिकावासी
6	गोयन्दका जयदयाल	श्रीमद्भगवद्गीता	गीताप्रेस गोरखपुर
7	आचार्य हेमचन्द्र	योगशास्त्र	चांगदेव 1088 ई.
8	भट्ट डॉ. विश्वंभरनाथ	संगीत दर्पण	संगीत कार्यालय हाथरस
9	भट्ट शोभाकर	नारदीय शिक्षा	श्री पीताम्बर पीठ, दतिया, 1990 ई.
10	शर्मा पंडित रघुनाथ	भर्तृहरि का वाक्य पदीयम्	सम्पूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालय, वाराणसी
11	सिन्हा प्रो.हरेन्द्र प्रसाद	भारतीय दर्शन	प्रकाशक मोतीलाल बनारसीदास, पटना
12	तिवारी भोला नाथ	ध्वनिविज्ञान	किताब महल, प्रयागराज, उ.प्र.
13	उपाध्याय बलदेव	संस्कृत साहित्य का इतिहास	शारदा मंदिर, वाराणसी, उ.प्र. प्रकाशन: 1973 ई.
14	चानना देवराज	संस्कृत साहित्य का इतिहास	मुंशीराम मनोहरलाल पब्लिशर्स, प्रा.लि.
15	**Haidt Jonathan**	**The Happiness Hypothesis**	**Ist Edition 2006**

16	रामचंद्रन वी. एस.	द टेल-टेल ब्रेन	भारतीय अमरीकी तंत्रिका विज्ञानी
17	**Kolenda Nick**	**The Tangled Mind**	**Published by Kolenda Group L.L.C.**
18	**स्वामी स्वात्माराम**	हठयोग प्रदीपिका	**Published 29.01.2022, Publisher: David De Angelis**

शोध निर्देशिका **शोधार्थी**

****